第一图书网, tushu007.com

<<通往内心安宁之路>>

图书基本信息

书名：<<通往内心安宁之路>>

13位ISBN编号：9787510705212

10位ISBN编号：7510705215

出版时间：2012-6

出版时间：中国长安出版社

作者：约书亚·罗斯·李普曼

页数：229

字数：190000

译者：任海龙

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

<<通往内心安宁之路>>

内容概要

※灵性的觉醒，让心智走向成熟
《通往内心安宁之路》是美国著名犹太教拉比、知名心灵导师、传道士、超级畅销书作家约书亚?罗斯?李普曼的绝世灵性经典著作之一，也是在全美深具影响力的灵性读本。
作者在融合现代心理学的基础上，回归宗教的本源，拨开信仰的迷障，与我们分享一种更加开放、理性、超越分歧的新时代观念。
这种正信将启发人们找回个人与世界的平衡，令你走出困扰，重获安宁。

本书独树一帜地将宗教理想与现代心理学研究有机结合，从精神修习和科学治疗的角度双管齐下，扫清了认为两者水火不容的障碍，为人类获得心灵的宁静指出了一条光明大道。
其主旨，在于向读者呈现心理学关于人性的见解精要，并将新的发现与真正的灵性觉醒完美地结合起来。

作者简介

约书亚·罗斯·李普曼(Joshua Loth Liebman)：美国著名犹太教拉比、传道士、超级畅销书作家。

李普曼博士出生于美国俄亥俄州的汉密尔顿，19岁时毕业于辛辛那提大学，后取得希伯来联合学院的博士学位。
从1939年开始，他长期担任马萨诸塞州波士顿犹太教圣殿的拉比。
同时，他也是全美知名的广播电台布道师与演讲者。
他在全美广播公司、美国广播公司和哥伦比亚广播公司所做的定期演讲，拥有数百万的听众；在新英格兰六个州所做的星期天布道广播，听众也达上百万之多。

作为全美最为知名的心灵导师之一，李普曼的代表作《通往内心安宁之路》于1946年出版以后，很快独占《纽约时报》畅销书排行榜第一名长达58个星期，且连续3年处于畅销书排行榜前列，是美国有史以来最畅销的图书之一，影响了无数读者的一生。

本书出版不到两年，李普曼即神秘辞世，死因至今未解。
当时，本书仍然稳居各大畅销书排行榜前列，并保持了很长一段时间，创造了出版业的畅销奇迹。

书籍目录

《通往内心安宁之路》目录
译者序
致读者
第一章　内心的安宁
　第一节　神的礼物
　第二节　宗教与心理学的共同目的
第二章　　道德压力下的懦夫
　第一节　人是有道德感和灵魂的造物
　第二节　心理分析和忏悔
　第三节　良心的掩饰
第三章　勇敢爱自己
　第一节　人们不会天生对自己好
　第二节　自我的形成
　第三节　因自卑而自毁
　第四节　放弃的勇气
　第五节　学会接纳自我
　第六节　你与众不同，潜力无限
第四章　爱与死的抉择
　第一节　人无法只为自己而活
　第二节　仇怨隐于爱中
　第三节　为爱奉献一切
　第四节　发自内心的宽容
　第五节　真正成熟的爱
第五章　面具下的多重恐惧
　第一节　恐惧机制
　第二节　何为神经性恐惧？

　第三节　愤怒、侵害和敌对
　第四节　经济恐惧——真实与虚幻
　第五节　形而上的恐惧
第六章　悲伤使人睿智
　第一节　死亡与忧伤的召见
　第二节　你的悲伤可以克服
　第三节　难于宣泄的负罪感
　第四节　诚实地对待悲伤
第七章　永生的暗示
　第一节　光明与黑暗
　第二节　死亡铺陈生命的舞台
　第三节　存在即是永生
　第四节　活一次足矣
第八章　神啊！
你深深地吸引了我
　第一节　万心归主，寰宇太平
　第二节　无信仰者
　第三节　不可知论者和无能的信徒

第四节　神的法则
第五节　“天启”时刻都在发生
第六节　与神为伴
第九章　宗教和心理学的整合
第一节　相信什么？

第二节　精神的多元化
第三节　英雄的感召
第四节　大胆承认你的情感
第五节　宗教与心理学的联合
鸣谢

章节摘录

后记

《通往内心安宁之路》一开始是为查尔斯·艾略特(Charles W.Eliot)在犹太宗教学院的讲座而准备的演讲材料。
在此我要感谢校长斯蒂芬·怀斯博士(Dr.Stephen S.Wise)的盛隋邀请，让我有机会能够就心理学和宗教两方面来发表一些浅薄的看法。
同时，我也要真挚的感谢多位友人的鼓励与支持，促成本书得以顺利面世。
这几年，我与纽约大学杰出学者、犹太教士纳森·克拉斯博士(Dr.Nathan Krass)过从甚密，从他的智慧中汲取了很多养分，并由此获得了强烈的灵感。
我要特别感谢我的好友，芝加哥大学的罗伊·格林克博士(Dr.Roy Grinker)，谢谢他将我领进了心理学研究的全新世界；感谢芝加哥大学的好友所罗门·高曼博士(Dr.Solomon Goldman)，多亏了他渊博的学识，让我的众多问题迎刃而解。
我要感谢纽约犹太神学院的莫狄凯·卡普兰教授，谢谢他抽出时间审阅本书的初稿；感谢我的人生挚友、希伯莱联合学院的弗兰斯布劳教授夫妇(A N.Franzblau)，谢谢他们的耐心和建设性意见；感谢著名心理分析学家爱德华·比布凌博士(Dr.Edward Bibrmg)和格莉特·比布凌博士(Dr.Grete Bibring)夫妇，谢谢他们通读全书，提出了许多宝贵意见；感谢才华出众的小说家、编辑兼散文家亨利·莫顿·罗宾逊(}Ienry Morton Robinson)，谢谢他在编辑上提出的关键建议与指导；我还要感谢我的挚友、知名心理学家，哈佛大学的埃里克·林德曼博士(Dr.Erich Lindemann)，谢谢他在我撰写本书的过程中对我始终如一的鼓励与支持。
对我的两位秘书伊妮德·罗森·杰克逊(Enid Rosen.Jackson)和贝茜·伯曼(Bessie R Berman)在收集材料、资料准备和正式写作期间所给予的宝贵帮助，也在此表示衷心的感谢。

媒体关注与评论

这本书的观点让我喜欢：你可以逃离自己的罪错，只要你直面自己内心的冲突，认识你自己的欲望，而且，爱自己！
心灵的平静不是多么难做到的事情。
“爱自己”，成为最重要的前提。
不爱自己，能让人做出恐怖的事情。
爱自己的人是无法成为恐怖分子的，要成为恐怖分子的第一条命令就是在心里“杀”掉自己，放弃爱自己的本能。
——著名作家连岳　李普曼先生是一位有学问的拉比。
他在《通往内心安宁之路》的“勇敢爱自己”一章中指出，除非你充分爱你自己，否则你根本不可能切实地去爱其他人。
很多人因为没有适当地去爱自己，而落入情绪化宿命主义的深渊中。
因此，每个人都有责任去切实地关心自己，找出自己被造的意义和目的。
一旦发现自己的使命，便应当竭尽所能、全力以赴，就好像上帝正召唤他去做一样。
——美国黑人领袖马丁·路德·金　只要是想求得一点内在安宁的人，早晚会发现约书亚·罗斯·李普曼的书。
他的书写得很好，文字的表达清晰动人，读者阅读之后，很难不受到他的影响。
——印度大哲奥修　这本书揭示了人类行为的秘密。
作者讲述了幸福的标准、如何掌控激情、调和个人情感、面对真实自我和对个人缺点的坦然接受。
他鼓励我们接受自我和他人，认清人类的局限性。
作者对人类的各种心灵力量做出了明确的定义。
最后，他鼓励读者通过增强个体和集体的自尊来消除内心的不安。
这是一本发现人类精神价值的经典著作。
——纽约读者约瑟夫·马雷斯卡　我永远记得，挚爱的父亲一遍又一遍地翻阅此书。
他经常说希望寻找到心灵的安宁。
心灵的安宁显然不是陌生的、遥不可及的哲学概念，任何最终得到安宁的人都清楚它的真正涵义。
我强烈推荐这本书，作者的各种建议并不能保证绝对能让你获得“心灵的安宁”，但静心阅读此书必会有所裨益。
我要强调一点，本书的益处很难一下子全部掌握。
你必须慢慢体会书中的思想火花，帮助你在光明的指引下，一步步走出心灵的黑暗。
——耶路撒冷读者沙龙·弗里德曼　我读的是这本书的第六版，我父亲1946年就读过了！
本书的主题是永恒的，应该在全世界大力推广！
如果我们能够控制自己的头脑，世界就会变得美好。
听从李普曼博士的建议，你的心灵就会获得无上的宁静！
我要多买几册这本书，作为礼物送给亲朋好友，在假目将阅读此书的喜悦与我最亲密的朋友和家人分享。
——北卡罗来纳州读者玛丽琳·沙梅　二十多年前，我偶然借到这本书，从中得到的人生体晤一直伴随我走到现在。
在我所有渴望的事物中，唯有内心的安宁能帮助我坚持走下去。
在健康、财富和幸福之外，我需要获得内心的安宁。
这本书让我在人生的不断变幻中，懂得如何保持内心的宁静。
这其实与宗教或励志没有关系，而是全人类的共同体会和精神需求。
二十多年来，我一直在等待与《通往内心安宁之路》的重逢，但我其实早就清楚：只有在自己的内心寻找，才能获得真正的宁静。
——亚马逊网络书店读者　这本书极为畅销，仅在上世纪60年代就卖出超过500万本。
李普曼的观点让人凉讶不已。

如果你有勇气深入探索问题的根源，那么请千万别错过《通往内心安宁之路》。这本书专门为有成长勇气的人而写，无愧为智慧的结晶。
——亚马逊网络书店读者

编辑推荐

《通往内心安宁之路:新时代的灵魂圣经》是美国著名犹太教拉比、知名心灵导师、传道士、超级畅销书作家约书亚·罗斯·李普曼的绝世灵性经典著作之一，也是在全美深具影响力的灵性读本。
连续58周高居《纽约时报》排行榜冠军。
这是一部由美国著名犹太教拉比、传道士、超级畅销书作家李普曼博士所谱写的传世灵性经典著作。
它完美协调了宗教信仰与现代心理学发展的精华，无数身心灵机构鼎力推荐。
开创的新时代的新信仰，能够帮助你摆脱困境，走向内心平和的新世界。

名人推荐

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com